

## 木曜行修会（平日行修会）へのお誘い 第 15 報

天風会認定東京の会木曜行修会

右の写真は服部嘉夫先生による健康心得法です。

新年第一段の登壇は服部嘉夫先生です。

演題は「快笑のすゝめ」です。笑いは健康の増進となります。

又、笑顔が多い家は、戸が笑うとまで言われ人も多く集まります。

笑いの秘訣をお聞きしましょう。

更に健康の心得で、大切なのは食べ物です。

食事の中身については天風会員も含めここここで、議論されます。

皆さんとても熱く語られますが、もう一つの大事なことはあまり、語られません。それは良く噛んで美味しく頂くと云うことです。

たくさん噛み食べ物を味わうことの意味を、忘れがちです。

良く噛んで笑いを入れ食卓を、賑やかにしてみてください。

このたび良く噛んで食べる事を旨とされている、松本吉正さんを、お迎えしその実践法と効果についてお聞かせ頂きます。

たくさん噛む事と、大いに笑う事は健康のおおもとです。

皆様のご参加をお待ちしています。

12月27日はお休みです。

平成31年第一回木曜行修会は1月10日からです。

会員の体験談義予定は下記のとおりです。

## 記

年末談義：山本正徳さん「念願：明日に向かって撃て」12月13日

新春談義：服部嘉夫先生「快笑のすゝめ」1月10日

会員談義：北村利彦さん「心身統一法と私：志したもの」1月24日

会員談義：松本吉正さん「天風道と私（ホンモノの教え）：良く噛んで楽しく生きる」2月28日

①木曜行修会予定毎月第2/第4木曜日（12/27はお休みです）

12/13、1/10、1/24、2/14、2/28、3/14、3/28

②場所と時間：天風会館4階406号室、受付10時・朝礼10時30分・終了13時  
行修会の後に食事会を行います。

（お弁当＜500円＞の受付を行っています。自身でご用意しての参加も歓迎です。）

③参加費と内容：会員無料です。一般の方は1000円です（初回見学は無料です）。

朝礼・天風式運動法・養動法・安定打坐等・ステップアップコーナー等（出力を大切にしています）

その他問合せ電話

山本正徳：080-1158-3807

木下嘉平：090-3402-2985

木曜行修会 HP アドレス↓「木曜行修会」で検索可能

<https://mokuyo-gyoshukai.jimdo.com/>

facebook も始めました。こちらも”木曜行修会”で検索してご欄下さい。

